Согласовано
Директор Городищенской СОШ

Кузеванова Н.Ф
"27" февраля 2026г

Утверждаю
Директор ООО
"Комбинат школьного питания"

_____Н.А.Вагура
"27" февраля 2026г

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДИЩЕНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
DN: E=uc_fk@roskazna.ru, S=77 Москва, ИНН ЮЛ=7710568760, ОГРН=1047797019830, STREET="Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1", L=г. Москва, C=RU, O=Казначейство России, CN=Федеральное казначейство
Причина: Я являюсь автором этого документа
Дата: 27 Февраль 2026 г. 11:13:45

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ЗАВТРАКОВ И ОБЕДОВ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ВОЗРАСТНЫХ КАТЕГОРИЙ

7-11 лет и с 12 лет и старше

с марта 2026 года

г. Туринск

Неделя первая

День первый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Наименование блюда возрастная категория	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с сыром	60	1	1	8	45
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	220	10	13	31	281
692	Кофейный напиток	200	4	3	21	127
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	1	0	9	40
	Итого:	502	16	17	69	493
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с сыром	100	2	2	15	86
ЕСТН 229	Каша "Дружба" с маслом сливочным	270	14	16	41	364
692	Кофейный напиток	200	4	3	20	123
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17	1	0	7	32
	Итого:	587	21	21	83	605
	Обед 7-11 лет					
133	Суп картофельный с горбушей	215	5	3	16	111
451	Котлета из говядины	90	9	18	4	214
516	Макаронные изделия отварные	150	6	4	50	260
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	28	2	0	11	52
Пром.	Хлеб ржаной	17	1	0	7	32
	Итого:	700	23	25	107	745
	Обед с 12 лет и старше					
133	Суп картофельный с горбушей	280	7	4	18	136
451	Котлета из говядины	110	11	21	6	257
516	Макаронные изделия отварные	200	7	5	50	273
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	23	2	0	14	64
Пром.	Хлеб ржаной	17,00	1	0	8	36
	Итого:	830	28	30	115	842
	Итого с 7 до 11 лет		**39**	**42**	**176**	**1238**
	Итого с 12 лет		**49**	**51**	**198**	**1447**

Неделя первая
День второй
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
3	Бутерброд с сыром	65	2	2	14	82
СРБКИ 352	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	220	11	12	40	312
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1	0	8	36
	Итого:	505	16	16	85	548
	Завтрак с 12 лет и старше					
3	Бутерброд с сыром	100	13	11	5	171
СРБКИ 361	Каша овсяная на молоке с маслом сливочным	275	3	6	45	246
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	18,0	1	0	7	32
	Итого:	593	19	19	80	567
	Обед 7-11 лет					
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	60	2	8	4	96
114	Борщ с картофелем и сметаной	205	4	3	5	63
ЕСТН 299	Рыба тушеная в томате с овощами	100	11	6	9	134
СРБКИ 624	Рис пикантный	200	5	6	37	222
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	36	2	0	13	60
Пром.	Хлеб ржаной	19	0	0	7	28
	Итого:	820	25	23	102	715
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 18/1	Салат из помидор с зеленым укропом маслом растительным	100	4	12	6	148
114	Борщ с картофелем и сметаной	265	8	7	10	135
ЕСТН 299	Рыба тушеннаяв томате с овощами	120	14	6	14	166
СРБКИ 624	Рис пикантный	180	4	6	44	246
634	Компот из вишни	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19	2	1	13	69
	Итого:	884	33	32	114	876
	Итго с 7 до 11 лет		**41**	**39**	**187**	**1263**

	Итго с 12 лет		**52**	**51**	**194**	**1443**

Неделя первая
День третий
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	60	1	2	16	86
341	Омлет натуральный с маслом сливочным	220	10	10	22	218
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,0	1	1	16	77
	Итого:	500	16	16	80	527
	Завтрак с 12 лет и старше					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	100	1	2	18	94
341	Омлет натуральный с маслом сливочным	220	10	10	22	218
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	13	69
	Итого:	552	17	16	79	527
	Обед 7-11 лет					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	210	3	4	12	96
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	100	11	10	25	234
520	Пюре картофельное	150	3	3	21	123
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	100	3	6	10	105
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	29	1	0	11	48
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	5	24
	Итого:	808	22	23	115	754
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	12	114
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	110	14	18	15	278
520	Пюре картофельное	200	4	6	27	178
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	130	3	6	10	106
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31,0	2	1	17	85
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	32
	Итого:	965	27	37	119	917
	Итого с 7 до 11 лет		**38**	**39**	**195**	**1281**
	Итого с 12 лет		**44**	**53**	**198**	**1444**

Неделя первая
День третий
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	60	1	2	16	86
341	Омлет натуральный с маслом сливочным	220	10	10	22	218
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	20,0	1	1	16	77
	Итого:	500	16	16	80	527
	Завтрак с 12 лет и старше					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	100	1	2	18	94
341	Омлет натуральный с маслом сливочным	220	10	10	22	218
693	Какао с молоком "Витошка"	200	4	3	26	146
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	13	69
	Итого:	552	17	16	79	527
	Обед 7-11 лет					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	210	3	4	12	96
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	100	11	10	25	234
520	Картофель в молоке	150	3	3	21	123
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	100	3	6	10	105
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	29	1	0	11	48
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	5	24
	Итого:	808	22	23	115	754
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	12	114
ВРО 64	Колбаски "витаминные" из филе куриного с маслом сливочным	110	14	18	15	278
520	Картофель в молоке	200	4	6	27	178
534	Дополнительный гарнир: капуста тушеная	130	3	6	10	106
СРБКИ 850	Напиток малиновый	200	0	0	31	124
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31,0	2	1	17	85
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	7	32
	Итого:	965	27	37	119	917
	Итого с 7 до 11 лет		**38**	**39**	**195**	**1281**
	Итого с 12 лет		**44**	**53**	**198**	**1444**

Неделя первая
День четвертый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с сыром	60	4	7	20	159
312	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	215	12	10	26	242
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	675	19	19	79	563
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с сыром	100	8	16	35	316
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	265	15	17	31	337
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	13	61
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	790	27	35	112	875
	Обед 7-11 лет					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	100	1	2	18	94
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	210	7	6	24	178
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	90	7	8	13	152
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	7	7	20	171
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	1	0	14	60
	Итого:	822	23	23	113	751
	Обед с 12 лет и старше					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	100	1	2	18	94
171	Суп-пюре из картофеля с гренками	260	8	7	26	199
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	120	11	9	13	177
СТН 59/3	Каша гречневая с овощами	220	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
	Итого:	951	31	26	142	925
	Итого с 7 до 11 лет		**42**	**42**	**192**	**1314**
	Итого с 12 лет		**58**	**61**	**254**	**1800**

Неделя первая
День четвертый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с сыром	60	4	7	20	159
312	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	215	12	10	26	242
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	675	19	19	79	563
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с сыром	100	8	16	35	316
311	Каша жидкая рисовая с маслом сливочным	265	15	17	31	337
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	118
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	0	13	61
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	790	27	35	112	875
	Обед 7-11 лет					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	100	1	2	18	94
171	Суп молочный с овощами и гренками	210	7	6	24	178
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	90	7	8	13	152
СТН 59/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	200	7	7	20	171
ТК 3 "Палитра"	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	22,0	1	0	14	60
	Итого:	822	23	23	113	751
	Обед с 12 лет и старше					
ЕСТН 157	Зеленый горошек припущенный	100	1	2	18	94
171	Суп молочный с овощами и гренками	260	8	7	26	199
СРБКИ 603	Бифштекс "Нежность"	120	11	9	13	177
СТН 59/3	Каша гречневая с овощами	220	7	7	38	243
ТК 3 "Палитра	Кисель "Витошка"	200	0	0	24	96
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	32	2	1	15	76
Пром.	Хлеб ржаной	19	1	0	8	39
	Итого:	951	31	26	142	925
	Итого с 7 до 11 лет		**42**	**42**	**192**	**1314**
	Итого с 12 лет		**58**	**61**	**254**	**1800**

Неделя первая
День пятый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
311	Каша жидкая пшеная с маслом сливочным	210	8	9	19	189
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	34,0	2	1	14	73
Пром.	Мандарин	100	1	0	11	48
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	44
	Итого:	744	16	16	79	527
	Завтрак с 12 лет и старше					
311	Каша жидкая пшенная с маслом сливочным	265	12	11	37	296
692	Кофейный напиток	200	4	6	25	173
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,7	3	2	22	117
Пром.	Мандарин	151	1	0	11	48
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	849	21	19	106	678
	Обед 7-11 лет					
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	5	8	18	164
451	Биточки из говядины	90	8	8	26	208
259	Картофель, запеченый со сметаной и сыром	150	8	7	27	203
СРБКИ 345	Дополнительный гарнир: огурец консервированный припущенный	60	1	0	3	16
СТН 1/11	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,0	1	0	6	28
	Итого:	729	23	23	102	707
	Обед с 12 лет и старше					
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	4	6	21	154
451	Биточки из говядины	100	7	8	20	180
259	Картофель, запеченый со сметаной и сыром	180	8	10	11	166
СРБКИ 345	Дополнительный гарнир: огурец консервированный припущенный	100	2	1	6	41
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	28,2	2	1	14	73
Пром.	Хлеб ржаной	18,4	1	0	8	36
	Итого:	887	24	26	102	738
	Итого с 7 до 11 лет		**39**	**39**	**181**	**1234**
	Итого с 12 лет		**45**	**45**	**208**	**1416**

Неделя первая

День шестой

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрез"	100	14	12	27	268
520	Пюре картофельное	180	1	2	18	94
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	31	2	1	14	73
	Итого:	511	17	15	68	472
	Завтрак с 12 лет и старше					
377	Рыбные палочки "Фиш Фингрез"	110	15	14	32	315
520	Пюре картофельное	250	3	4	21	133
685	Чай с сахаром	200	0	0	9	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,4	2	1	14	71
	Итого:	593	21	19	76	555
	Обед 7-11 лет					
133	Суп картофельный с горбушей	215	5	4	19	132
СРБКИ 555	Чиполлети из говядины	100	10	15	24	272
СТН 27/3	Рагу из овощей	180	6	5	28	181
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	36
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,1	2	1	11	61
	Итого:	725	23	25	91	682
	Обед с 12 лет и старше					
133	Суп картофельный с горбушей	270	4	4	25	152
СРБКИ 555	Чиполлети из говядины	120	14	20	28	348
СТН 27/3	Рагу из овощей	200	3	5	28	169
СРБКИ 841	Лимонад лимонный	200	0	0	8	32
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30,8	2	1	15	77
Пром.	Хлеб ржаной	18,6	2	0	10	50
	Итого:	839	25	30	114	828
	Итого с 7 до 11 лет		**41**	**40**	**159**	**1154**
	Итого с 12 лет		**45**	**49**	**190**	**1382**

Неделя вторая
День седьмой
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
302	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	215	5	9	24	203
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	17,0	1	0	6	28
Пром.	Мандарины	100	4	2	14	84
	Итого:	532	16	17	79	528
	Завтрак с 12 лет и старше					
302	Каша вязкая гречневая с маслом сливочным	275	7	12	31	261
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,8	1	0	7	37
Пром.	Мандарины	100	4	2	11	75
	Итого:	592	18	20	84	587
	Обед 7-11 лет					
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	220	3	4	20	128
ЕСТН 341	Котлеты "Пермские"	90	12	15	10	223
516	Макаронные изделия отварные	180	6	4	39	216
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	1	0	8	36
Пром.	Хлеб ржаной	34,0	1	0	6	28
	Итого:	761	23	23	102	707
	Обед с 12 лет и старше					
132	Рассольник "Ленинградский" со сметаной	265	3	4	23	140
ЕСТН 342	Котлеты "Пермские"	120	10	10	14	186
516	Макаронные изделия отварные	180	8	8	40	264
ТК 2 "Палитра"	Напиток "Витошка"	200	0	0	19	76
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1	1	12	61
Пром.	Хлеб ржаной	18,5	1	0	6	28
	Итого:	809	23	23	114	755
	Итого с 7 до 11 лет		**39**	**40**	**181**	**1235**
	Итого с 12 лет		**41**	**43**	**198**	**1342**

Неделя вторая
День восьмой
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
ЕСТН 289	Вареники ленивые	270	15	17	37	361
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	40	2	0	18	80
	Итого:	510	17	17	69	498
	Завтрак с 12 лет и старше					
ЕСТН 289	Вареники ленивые	315	18	20	41	416
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	40	2	1	18	89
	Итого:	555	20	21	73	562
	Обед 7-11 лет					
19	Салат из помидор и огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	70	2	3	11	79
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	205	1	4	25	140
ЕСТН 350	Тефтели из говядины -"Ёжики"	90	10	7	25	203
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	9	9	15	177
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	10	40
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	40,0	2	1	17	85
	Итого:	785	24	24	103	724
	Обед с 12 лет и старше					
19	Салат из помидор и огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	100	3	14	15	196
ЕСТН 104	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	260	1	5	28	161
ЕСТН 350	Тефтели из говядины -"Ёжики"	100	13	10	27	250
508	Каша гречневая рассыпчатая	180	16	11	9	199
СРБКИ 841	Напиток из цитрусовых	200	0	0	10	40
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45	3	1	19	
Пром.	Хлеб ржаной	37,0	2	1	13	69
	Итого:	922	38	42	121	915
	Итого с 7 до 11 лет		41	41	172	1222
	Итого с 12 лет		58	63	194	1477

Неделя вторая
День девятый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с маслом	64	5	6	26	176
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	210	8	7	23	187
691	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	27,0	1	0	9	40
	Итого:	501	18	19	83	573
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с маслом	103	5	6	28	188
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	255	9	8	31	232
691	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	22,0	2	1	15	77
	Итого:	580	20	21	99	667
	Обед 7-11 лет					
19	Салат из помидор с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	4	9	76
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	2	7	13	123
505	Кнели из куриного филе	95	3	5	27	165
520	Пюре картофельное	150	15	6	18	186
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	25	1	0	10	44
	Итого:	740	23	22	104	706
	Обед с 12 лет и старше					
19	Салат из помидор с зеленым укропом и маслом растительным	100	3	6	8	98
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	6	8	16	160
505	Кнели из куриного филе	105	7	6	21	166
520	Пюре картофельное	200	8	5	27	185
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	22,0	2	1	15	77
	Итого:	887	27	26	114	798
	Итого с 7 до 11 лет		41	41	187	1279
	Итого с 12 лет		47	47	213	1465

Неделя вторая
День девятый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
1	Бутерброд с маслом	64	5	6	26	176
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	210	8	7	23	187
691	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	27,0	1	0	9	40
	Итого:	501	18	19	83	573
	Завтрак с 12 лет и старше					
1	Бутерброд с маслом	103	5	6	28	188
СРБКИ 352	Каша манная с маслом сливочным	255	9	8	31	232
691	Кофейный напиток	200	4	6	25	170
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	22,0	2	1	15	77
	Итого:	580	20	21	99	667
	Обед 7-11 лет					
19	Салат из помидор с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	4	9	76
139	Суп картофельный с горохом и гренками	210	2	7	13	123
505	Кнели из куриного филе	95	3	5	27	165
520	Картофель в молоке	150	15	6	18	186
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	25	1	0	10	44
	Итого:	740	23	22	104	706
	Обед с 12 лет и старше					
19	Салат из помидор с зеленым укропом и маслом растительным	100	3	6	8	98
139	Суп картофельный с горохом и гренками	260	6	8	16	160
505	Кнели из куриного филе	105	7	6	21	166
520	Картофель в молоке	200	8	5	27	185
635	Компот из вишни и клубники	200	1	0	27	112
Пром.	Хлеб пшеничный витамнизированный	22,0	2	1	15	77
	Итого:	887	27	26	114	798
	Итого с 7 до 11 лет		41	41	187	1279
	Итого с 12 лет		47	47	213	1465

Неделя вторая
День десятый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром и мясом	310	12	15	21	267
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	45,0	2	1	15	76
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	755	17	17	69	499
	Завтрак с 12 лет и старше					
СРБКИ 399	Макароны запеченные с сыром и мясом	390	13	14	24	274
СТН 16/10	Чай с молоком	200	2	2	23	112
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	51,0	3	2	20	110
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	841	18	18	77	539
	Обед 7-11 лет					
16	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	60	1	3	14	87
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	220	5	3	16	111
СРБКИ 588	Курица по-тайски	270	14	17	39	365
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	19,0	1	0	7	32
Пром.	Хлеб ржаной	18,0	1	0	7	32
	Итого:	787	22	23	105	715
	Обед с 12 лет и старше					
16	Салат из свежих огурцов с зеленым укропом и маслом растительным	100	3	5	18	129
110	Борщ с капустой и картофелем со сметаной 250/15	265	9	7	17	167
СРБКИ 588	Курица по-тайски	300	12	18	48	402
СТН 1/10	Компот из яблок и кураги	200	0	0	22	88
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	33,0	2	1	14	73
Пром.	Хлеб ржаной	19,0	1	0	7	32
	Итого:	917	27	31	126	891
	Итого с 7 до 11 лет		39	40	174	1214
	Итого с 12 лет		45	49	203	1430

Неделя вторая
День одиннадцатый
Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	215	12	10	32	266
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	214
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,8	1	0	6	28
Пром.	Мандарины	100	1	1	10	56
	Итого:	532	20	17	82	564
	Завтрак с 12 лет и старше					
302	Каша ячневая вязкая с маслом сливочным	275	13	11	40	314
693	Какао с молоком "Витошка"	200	6	6	34	213
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	16,8	1	0	7	32
Пром.	Мандарины	100,0	2	1	11	64
	Итого:	592	22	18	93	623
	Обед 7-11 лет					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	215	5	7	10	123
386	Рыба запеченная под молочным соусом	120	8	7	17	163
511	Рис отварной	150	7	5	36	217
517	Дополнительный гарнир: овощная смесь припущенная	60	1	4	7	68
700	Напиток клюквенный	200,0	0	0	21	84
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	2	0	12	56
	Итого:	775	23	23	103	711
	Обед с 12 лет и старше					
СТН 21/2	Суп - лапша с курой	275	3	6	16	130
386	Рыба запеченная под молочным соусом	125	8	4	5	88
511	Рис отварной	200	6	7	42	255
517	Дополнительный гарнир: овощная смесь припущенная	100	2	6	10	102
700	Напиток клюквенный	200	0	0	21	84
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	26,7	2	1	12	65
Пром.	Хлеб ржаной	18,6	1	0	7	32
	Итого:	945	22	24	113	756
	Итого с 7 до 11 лет		43	40	185	1275
	Итого с 12 лет		44	42	206	1379

Неделя вторая

День двенадцатый

Возрастная группа: 7-11 лет, с 12 лет и старше

№ рецептуры	Прием пищи Наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
	Завтрак с 7 до 11 лет					
2	Бутерброд с сыром	66	3	1	5	41
312	Каша жидкая пшенная с маслом сливочным	215	14	16	30	320
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Сок 1шт	200	1	0	10	43
	Итого:	681	18	17	59	461
	Завтрак с 12 лет и старше					
2	Бутерброд с сыром	109	3	1	5	41
312	Каша жидкая пшенная с маслом сливочным	265	15	18	32	350
685	Чай с сахаром	200	0	0	14	57
Пром.	Сок 1шт	200,0	1	0	10	43
	Итого:	774	19	19	61	491
	Обед 7-11 лет					
135	Суп из овощей со сметаной	205	3	3	11	83
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	230	19	24	55	512
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	60	1	1	2	21
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	25,0	1	0	9	40
	Итого:	720	24	28	102	756
	Обед с 12 лет и старше					
135	Суп из овощей со сметаной	255	4	4	12	100
ЕСТН 334	Запеканка картофельная с мясом	270	31	35	28	551
535	Дополнительный гарнир: капуста запеченная	100	3	3	5	59
638	Компот из кураги	200	0	0	25	100
Пром.	Хлеб пшеничный витаминизированный	37,0	2	0	12	56
Пром.	Хлеб ржаной	32,0	1	0	8	36
	Итого:	894	41	42	90	902
	Итого с 7 до 11 лет		42	45	161	1217
	Итого с 12 лет		60	61	151	1393

Ведомость контроля за рационом питания (анализ каллорийности завтрак + обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	39	41	38	42	39,1	40,5	38,7	40,5	41,22	38,63	43	41,7	483,35	40,28	40	52
Жиры	г	79	42	39	39	42	39,21	39,6	39,76	41	41	40,33	40,17	45,1	488,17	40,68	41	51
Углеводы	г	335	176	187	195	192	181,3	158,8	180,54	187	172	174,06	185,31	161,1	2150,11	179,18	179	53
Энергетическая ценность	Ккал	2350	1238	1263	1281	1314	1234,49	1153,6	1234,8	1279	1221,88	1213,73	1274,77	1217,1	14925,37	1243,78	1244	53

Ведомость контроля за рационом питания (анализ каллорийности завтрак) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	16	16	16	19	16,1	17,2	15,7	17,5	17,22	16,63	20	17,7	205,05	17,09	17,09	22
Жиры	г	79	17	16	16	19	16,21	14,5	16,76	19	17	17,33	17,17	17,1	203,07	16,92	16,92	21
Углеводы	г	335	69	85	80	79	79,3	68,1	78,54	83	69	69,06	82,31	59,1	901,41	75,12	75,12	22
Энергетическая ценность	Ккал	2350	493	548	527	563	527,49	471,7	527,8	573	497,88	498,73	563,77	461,1	6252,47	521,04	521,04	22

Ведомость контроля за рационом питания (анализ каллорийности обед) с 7 до 11 лет

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	77	23	25	22	23	23	23,3	23	23	24	22	23	24	278,3	23,19	23,19	30
Жиры	г	79	25	23	23	23	23	25,1	23	22	24	23	23	28	285,1	23,76	23,76	30
Углеводы	г	335	107	102	115	113	102	90,7	102	104	103	105	103	102	1248,7	104,06	104,06	31
Энергетическая ценность	Ккал	2350	745	715	754	751	707	681,9	707	706	724	715	711	756	8672,9	722,74	722,74	31

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных				
Белки	77	15,4-19,25	23,1 -26,9	38,5-46,15
Жиры	79	15,8-19,75	23,7-27,65	39,5-47,4
У	335	67-83,75	100,5-117,25	167,5-201
Э.Ц.	2350	470-587,5	705-822,5	1175-1410
		затрак 20-25%	обед 30-35%	всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания (анализ каллорийности завтрак + обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 50-60% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	90	49	52	44	57,53	45,1	45,14	40,63	47	57,8	45,3	43,52	59,7	586,72	48,9	49	54
Жиры	г	92	51	51	53	60,95	44,9	49,24	43,21	47,2	63	48,7	42,49	61,1	615,79	51,3	51	56
Углеводы	г	383	198	194	198	254,24	207,81	189,66	180,54	212,98	194	202,7	205,64	151,1	2388,67	199,1	199	52
Энергетическая ценность	Ккал	2720	1447	1443	1444	1799,63	1415,74	1382,36	1234,8	1464,72	1477,2	1430,3	1379,05	1393,1	17310,9	1442,6	1443	53

Ведомость контроля за рационом питания (анализ каллорийности завтрак) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 20-25% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	90	21	19	17	27	21,1	20,63	17,63	20	20,2	18,3	21,52	18,7	242,08	20,1733333	20	22
Жиры	г	92	21	19	16	35	18,9	18,83	20,21	21,2	21	17,7	18,49	19,1	246,43	20,5358333	21	22
Углеводы	г	383	83	80	79	112	105,81	75,7	83,65	98,98	73	76,7	92,64	61,1	1021,58	85,1316667	85	22
Энергетическая ценность	Ккал	2720	605	567	527	875	677,74	554,79	587,01	666,72	561,8	539,3	623,05	491,1	7275,51	606,2925	606	22

Ведомость контроля за рационом питания (анализ каллорийности обед) с 12 лет и старше

2022

Название пищевых веществ	ед. изме	рекомендуемое к-во пищ. в-в на 1 ребенка 30-35% от суточного рациона													Всего	12	Средняя за 12 дней	Выполнение, % дневной нормы
№ дня			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12				
Белки	г	90	28	33	27	30,53	24	24,51	23	27	37,6	27	22	41	344,64	28,72	29	32
Жиры	г	92	30	32	37	25,95	26	30,41	23	26	42	31	24	42	369,36	30,78	31	33
Углеводы	г	383	115	114	119	142,24	102	113,96	114	114	121	126	113	90	1384,2	115,35	115	30
Энергетическая ценность	Ккал	2720	842	876	917	924,63	738	827,57	755	798	915,4	891	756	902	10142,6	845,216667	845	31

Потребность в пищевых веществах и энергии обучающихся общеобразовательных учреждений в				
Белки	90	18-22,5	27-31,5	45-54
Жиры	92	18,4-23	27,6-32,2	46-55,2
У	383	76,6-96	114,9-134,05	191,5-230,05
Э.Ц.	2713	542,6-678	813,9-950	1356,5-1628
		затрак 20-25%	обед 30-35%	всего 50-60%

Ведомость контроля за рационом питания

по расходу продуктов питания

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на сентябрь 2022- апрель 2023

Прием пищи / наименование	среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей с 7 до 11 лет (в нетто г, на 1 ребенка в сутки)	Ед. измерения	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	ИТОГО (г)	СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ (в г)	Отклонение от нормы (+,-) в %
1	2																
Выход - вес порций																12	
			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Хлеб ржаной	80	грамм	80,0	20,0	60,0	70,0	80,0	40,0	40,0	40,0	42,0	40,0	40,0	20,0	572,00	47,7	-40
Хлеб пшеничный	150	грамм	140,00	60,90	96,00	90,00	110,00	94,20	64,30	130,00	80,00	41,60	80,00	100,00	1 087,00	90,6	-40
Мука пшеничная	15	грамм	0,00	10,00	4,00	31,00	3,60	18,00	3,60	10,00	2,00	20,00	2,80	3,60	108,60	9,1	-40
Крупа, бобовые	45	грамм	39,00	0,00	15,00	0,00	45,00	0,00	80,00	16,00	0,00	0,00	80,00	40,00	315,00	26,3	-42
Макаронные изделия	15	грамм	38,00	0,00	0,00	0,00	16,00	0,00	0,00	0,00	16,00	38,00	0,00	0,00	108,00	9,0	-40
Картофель	187	грамм	42,88	170,00	76,80	160,00	0,00	340,00	64,00	170,00	180,00	25,60	17,28	96,00	1 342,56	111,9	-40
Овощи свежие, зелень	280	грамм	127,50	148,40	113,20	182,50	316,38	60,40	129,60	138,80	154,80	70,40	172,90	319,08	1 933,96	161,2	-42
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	220,00	140,00	60,00	0,00	60,00	60,00	150,00	60,00	60,00	140,00	350,00	0,00	1 300,00	108,3	-41
Фрукты (плоды) сухие, в т. ч. шиповник	15	грамм	20,00	10,00	0,00	19,00	10,00	0,00	19,00	0,00	0,00	0,00	10,00	19,00	107,00	8,9	-41
Соки плодовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	грамм	200,00	0,00	0,00	200,00	200,00	0,00	200,00	0,00	200,00	0,00	0,00	400	1 400,00	116,7	-42
Мясо жилованное	70	грамм	76,5	0,00	0,00	60,00	82,80	73,80	83,00	0,00	40,20	0,0	0,00	76,50	492,80	41,1	-41
Субпродукты	30	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00	0,0	-100
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кат)	35	грамм	0,00	79,00	0,00	0,00	31,20	0,00	0,00	79,00	62,40	0,00	0,00	0,00	251,60	21,0	-40
Рыба - филе	58	грамм	0,00	0,00	120,00	50,00	60,00	120,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	50,00	400,00	33,3	-43
Молоко	300	грамм	200,0	250,0	210,0	206,0	190,0	35,0	200,0	110,0	150,0	80,0	210,0	120,0	1 961,00	163,4	-46
Кисломолочные продукты	150	грамм													0,00	0,0	
Творог	50	грамм	0,0	130,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	130,00	0,00	100,0	0,00	0,00	360,00	30,0	-40
Сыр	10	грамм	0,0	0,00	10,00	18,00	0,00	0,00	10,00	5,00	10,00	0,0	0,00	18,00	71,00	5,9	-41
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	28,00	6,00	0,00	10,00	10,00	0,00	74,00	6,2	-38
Масло сливочное	30	грамм	20,0	15,00	30,00	24,60	36,00	10,30	14,00	5,00	2,90	10,0	15,00	32,00	214,80	17,9	-40
Масло растительное	15	грамм	10,0	4,0	12,0	9,3	7,8	9,0	8,3	12,5	12,8	2,0	9,8	11,0	108,45	9,0	-40
Яйцо	40	грамм	0,0	20,00	130,00	2,00	5,64	33,00	0,00	9,64	72,00	16,0	0,00	0,00	288,28	24,0	-40
Сахар	30	грамм	11,5	25,00	24,00	16,50	15,00	24,00	3,00	25,00	20,00	20,0	15,00	17,60	216,60	18,1	-40
Кондитерские изделия	10	грамм													0,00	0,0	
Чай	1	грамм	0,0	1,20	0,00	0,00	1,20	1,20	0,00	1,20	0,00	1,2	0,0	1,20	7,20	0,6	-40
Какао	1	грамм	0,0	0,00	2,40	0,00	0,00	0,00	2,40	0,00	0,00	0,0	2,40	0,00	7,20	0,6	-40
Кофейный напиток	2	грамм	5,0	0,00	0,00	5,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,00	0,0	0,00	0,00	15,00	1,3	-38
Дрожжи	0,2	грамм	0,0	0,00	0,00	1,45	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	1,45	0,1	-40
Крахмал	3	грамм	0,0	0,00	0,00	10,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	10,80	21,60	1,8	-40
Соль	3	грамм	2,0	2,0	2,0	2,00	2,00	2,00	1,50	2,00	1,50	2,0	1,5	1,5	22,00	1,8	-39
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-40

СОКИ, НАПИТКИ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЕ: Напиток "Витошка", Кисель "Витошка", сок 0,2

СУБПРОДУКТЫ: Сердце, печень

КУРА: Филе куриное, кура

РЫБА: Горбуша, филе минтая

МОЛОКО: Молоко, молоко сгущенное (1:4)

Пр=(В-А)/А*100

А- исходное значение

В - конечное значение

норма (-40)

Ведомость контроля за рационом питания
по расходу продуктов питания

Предприятие: ООО "Комбинат школьного питания"

на сентябрь 2022- апрель 2023

Продукты питания / наименование	среднесуточные наборы пищевой продукции для организации питания детей с 12 лет (в нетто г, на 1 ребенка в сутки)	Ед. измерения	ДВУХРАЗОВОЕ ПИТАНИЕ 1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	ИТОГО	СРЕДНЯЯ ЗА ДЕНЬ (в г)	Отклонение от нормы (+,-) в %
1	2																
Выход - вес порций																12	
			x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	x	
Хлеб ржаной	120	грамм	80,0	40,0	60,0	70,0	60,0	80,0	80,0	80,0	80,0	40,0	80,0	80,0	830,00	69,2	-42
Хлеб пшеничный	200	грамм	151,80	80,00	146,00	80,00	139,70	118,00	103,50	169,70	103,50	56,90	80,00	160,90	1 390,00	115,8	-42
Мука пшеничная	20	грамм	0,00	20,00	5,00	50,20	3,60	18,00	4,00	11,00	2,00	24,00	3,00	3,60	144,40	12,0	-40
Крупа, бобовые	50	грамм	70,00	0,00	26,40	38,50	60,00	0,00	35,00	30,00	0,00	0,00	50,00	50,00	359,90	30,0	-40
Макаронные изделия	20	грамм	55,00	0,00	0,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	55,00	0,00	0,00	150,00	12,5	-38
Картофель	187	грамм	34,00	181,00	77,00	154,00	0,00	352,00	64,00	181,12	164,00	26,00	17,00	96,00	1 346,12	112,2	-40
Овощи свежие, зелень	320	грамм	130,00	180,00	190,00	200,00	330,00	100,00	150,00	150,00	170,00	100,00	200,00	350,00	2 250,00	187,5	-41
Фрукты (плоды) свежие	185	грамм	219,60	150,00	60,00	0,00	80,00	60,00	150,00	60,00	60,00	150,00	272,70	0,00	1 262,30	105,2	-43
Фрукты (плоды) сухие, в т. ч. шиповник	20	грамм	30,00	10,00	0,00	20,00	15,00	0,00	20,00	0,00	0,00	0,00	20,00	30,00	145,00	12,1	-40
Соки плодовощные, напитки витаминизированные, в т.ч. Инстантные	200	грамм	200	0,00	0,00	200	200	0	200	0	200	200	0	200	1 400,00	116,7	-42
Мясо жилованное	78	грамм	85,1	0,00	0,00	68,00	92,00	82,00	92,00	0,00	40,20	0,0	0,00	85,10	544,40	45,4	-42
Субпродукты	40	грамм	0,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	0,00	0,0	-100
Птица (цыплята -бройлеры потрошенные - 1 кат)	53	грамм	0,00	110,00	0,00	0,00	44,00	0,00	0,00	110,00	120,00	0,00	0,00	0,00	384,00	32,0	-40
Рыба - филе	77	грамм	0,00	0,00	180,00	55,00	0,00	180,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	55,00	470,00	39,2	-49
Молоко	350	грамм	250,0	90,0	250,0	232,0	250,0	60,0	225,0	200,0	180,0	80,0	250,0	150,0	2 217,00	184,8	-47
Кисломолочные продукты	180	грамм													0,00	0,0	
Творог	60	грамм	0,0	135,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	150,00	0,00	145,4	0,00	0,00	430,40	35,9	-40
Сыр	15	грамм	0,0	0,00	10,00	15,00	11,00	0,00	10,00	8,00	26,60	0,0	0,00	26,60	107,20	8,9	-40
Сметана	10	грамм	0,00	10,00	0,00	0,00	0,00	10,00	25,00	6,60	0,00	10,00	10,00	0,00	71,60	6,0	-40
Масло сливочное	35	грамм	26,0	26,00	39,00	30,00	32,50	10,00	15,00	6,00	2,90	11,0	26,00	27,00	251,40	21,0	-40
Масло растительное	18	грамм	13,5	5,0	15,5	10,3	8,6	10,6	9,5	13,5	13,3	2,5	10,5	12,1	124,92	10,4	-42
Яйцо	40	грамм	0,0	20,00	120,00	2,40	6,28	34,00	0,00	10,64	72,00	19,2	0,00	0,00	284,52	23,7	-41
Сахар	35	грамм	15,0	20,00	15,00	18,00	20,00	30,00	2,00	36,00	30,00	25,0	25,50	15,00	251,50	21,0	-40
Кондитерские изделия	15	грамм													0,00	0,0	-100
Чай	2	грамм	0,0	2,40	0,00	0,00	2,40	2,40	0,00	2,40	0,00	2,4	0,0	2,40	14,40	1,2	-40
Какао	1,2	грамм	0,0	0,00	6,70	0,00	0,00	0,00	6,70	0,00	0,00	0,0	6,70	0,00	20,10	1,7	40
Кофейный напиток	2	грамм	4,8	0,00	0,00	4,80	0,00	0,00	0,00	0,00	4,80	0,0	0,00	0,00	14,40	1,2	-40
Дрожжи	0,3	грамм	0,0	0,00	0,00	2,15	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,00	0,00	2,15	0,2	-40
Крахмал	4	грамм	0,0	0,00	0,00	14,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	14,40	28,80	2,4	-40
Соль	5	грамм	4,0	3,0	4,0	2,00	3,00	3,00	3,00	3,00	2,00	3,0	3,0	3,0	36,00	3,0	-40
Специи	2	грамм	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,2	1,20	1,2	1,2	1,2	14,40	1,20	-40

При составлении примерного двухнедельного меню завтраков и обедов использовалась следующая литература:
1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004. – 639 с.
2. Сборник технических нормативов для питания детей в организациях отдыха и оздоровления./ Автор – составитель: Д.В. Гращенков, О.В. Чугунова – Министерство агропромышленного комплекса и продовольствия Свердловской области УрГЭУ Екатеринбург 2015 г. (СТН)
3. Единый сбоник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, детских домов, детских оздоровительных учреждений/ Составители профессор Перевалов А.Я., профессор Т апешкина Н.В. - Издание 4-е, дополненное и исправленное г. Пермь 2021г (ЕСТН)
4. Официальное справочно - информационное методическое издание Министерства общего и профессионального образования Свердловской области. Вестник регионального образования / Под редакцией Н.И. Казакова, Е.Л. Перевозкина, Л.И. Ситник, Е.Г. Темко - Министерство общего и профессионального образования Свердловской области, 2006г, ГОУ "Центр " Учебная книга", 2006год (ВРО)
5. СБОРНИК РЕЦЕПТУР БЛЮД И КУЛИНАРНЫХ ИЗДЕЛИЙ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ СБОРНИК ТЕХНИЧЕСКИХ НОРМАТИВОВ / Издание 2-е, исправленное и дополненное / Под редакциий Г.Г. Онищенко, В.А. Тутельяна (СРБКИ-22)/Москва 2022г
6. Санитарно-эпидемиологические правила и нормы СанПиН 2.3/2.4.3590-20 "САНИТАРНО-ЭПИДЕМИОЛОГИЧЕСКИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАЦИИ ОБЩЕСТВЕННОГО ПИТАНИЯ НАСЕЛЕНИЯ"
7. Региональный стандарт оказания услуг по организации питания обучающихся общеобразовательных организаций, расположенных на территории Свердловской области. Методические рекомендации. Екатеренбург 2021.
8. Химический состав российских пищевых продуктов: Справочник / Под ред. член.-корр. МАИ, проф. И.М. Скурихина и академика РАМН, проф. В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2002 – 236 с.
9. ГИГИЕНА ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ . РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ОРГАНИЗАЦИЙ. Методические рекомендации МР 2.4.0179-20